



## PROGRAMA

**Programa de formación:**

**“Pelvis, Biomecánica y Balón” Un aporte práctico de la fisioterapia en obstetricia a la etapa perinatal con el enfoque de Cadenas Musculares y Articulares G.D.S. dirigido a fisioterapeutas y profesionales del nacimiento.**

**Por Joëlle Winkel – Fisioterapeuta belga, profesora y profesional**

**del Método de Cadenas Musculares y Articulares G.D.S.,** especializada en perinatal con experiencia desde hace 22 años en salas de parto en varios hospitales de Bélgica. Responsable del curso

Y

**BÁRBARA GÁLVEZ TOMÁS Fisioterapeuta especializada en Pelviperrineología y perinatal, formada en el Método GDS**

Colaboradora

Las 2 docentes Joëlle Winkel, y Bárbara Gálvez os proponen 4 días muy prácticos con importantes nociones teóricas. La parte

práctica, la vivencia corporal, serán los objetivos principales.

Dar a la madre confianza en relación a sus medios, a su capacidad de relajación, nutriéndose e integrando el conocimiento rico y bien presente de su pelvis.

Dar a los profesionales de la atención perinatal el apoyo de un bagaje biomecánico sólido, sin dejar las cosas al azar, con la perspectiva de una visión preventiva.

Es interesante que este enfoque no sea solamente teórico sino integrado para aportar todas sus riquezas en la práctica. Vamos a utilizar el concepto G.D.S. para ayudar a responder de la forma más completa a estas exigencias.

- El curso tiene lugar en 28 horas repartidas durante cuatro días.

- **OBJETIVO GENERAL:** Iniciar la formación de **FISIOTERAPEUTAS CAPACES DE TRABAJAR** para hacer un verdadero trabajo preventivo de “utilización corporal” ayudando de manera práctica las futuras madres durante el embarazo para un mejor confort y disminuir los riesgos de parto prematuro. Preparar a las mujeres y a sus las parejas para el parto con los conocimientos precisos y anatómicos de la biomecánica para la toma de conciencia e integración de la pelvis como estructura ósea estática y como base en su función de nido para favorecer un parto lo más natural.

1

Primer día.

Expectativas específicas acerca de la formación.

Introducción: Toma de conciencia de que el trabajo de la pelvis se realiza de pies a cabeza en varios talleres para fomentar el conocimiento de la anatomía de la pelvis y de la anatomía funcional. (Técnicas propias del método GDS)

Integración de la pelvis como estructura ósea estática y base y en su función de nido. Biomecánica de la pelvis

Analogía entre las 3 masas: pelvis / caja torácica / cabeza.

Diversos consejos preventivos de utilización corporal en las actividades cotidianas durante el embarazo.

Teoría de las « imágenes correctas », anatómicas en relación con su cuerpo.

2

---

Segundo día:

Práctica: flexibilización de las caderas (Coxofemoral) y estudio del impacto de sus libertades en la utilización global del cuerpo y de la pelvis en general, y específicamente en perinatal.

Teoría de la torsión fisiológica de los huesos y de las diferentes maneras de "alimentarse de nuevo" para favorecer la apertura de la pelvis en el parto.

Práctica: masaje-mensaje: Técnicas específicas de masaje para los profesionales y para padres con diferentes herramientas.

Hombre rueda: teoría y herramientas del Método de Cadenas Musculares y Articulatorias G.D.S.

Adaptación práctica en sala de parto de la comprensión de las secreciones hormonales y las condiciones ambientales necesarias para dichas secreciones (cf. Michel Odent.)

Medios físicos analgésicos para el parto.

Estudio práctico de las posiciones facilitadoras de trabajo de parto con la ayuda de las diferentes herramientas del entorno: cama, silla, pelotas,... (Primera parte)

Interpelación sobre los límites del parto en decúbito supino o litotomía. Síntesis de trabajo ya realizado.

Tercer día

Calentamiento con objetivo de la conciencia de la cohesión, de la estabilidad y de la adaptabilidad de la pelvis (GDS).

Ejercicios de flexibilidad coxofemoral, de toma de conciencia de los isquiones y de una mejor integración del esquema anatómico de la pelvis mediante diversas técnicas propias en el Método de las Cadenas Musculares, G.D.S.

Trabajo de utilización corporal con diferentes materiales

Feedback de la práctica en la sala de parto o en las consultas desde el último curso y preguntas-respuestas. ¿?

Estudio de las posiciones de trabajo y parto. (Segunda parte)  
Puesta en escena de la práctica adaptada a la sala de parto

3

---

Desarrollo y lecturas más detallada de las diferentes posiciones de trabajo y del parto + recuerdo de las reglas de oro.

Estudio de los músculos que tienen una influencia directa sobre la libertad de la movilidad de la pelvis.

El Baño caliente y la comprensión de su utilidad en relación a la estructura ósea. Estudio de las 3 masas / 3 diagramas.

Teatralización del diafragma y juego entre los diferentes diafragmas. Estudios de la respiración fisiológica en reposo y su adaptación en actividad.

Rol esencial de la respiración y específicamente en el contexto perinatal.

Estudio de los sonidos relacionados con la respiración y

diferentes órganos y otros diafragmas. Utilidad práctica en la sala de partos.

Explicación y experimentación de las diferentes respiraciones para el trabajo y la expulsión.

Cuarto día

Calentamiento.

Ejercicios hipopresivos adaptados y comprensión anatómica de los apoyos para reactivar la funcionalidad de los tres diafragmas.

Práctica: Relación entre respiración y periné.

Consejos para ayudar a un parto natural y disminuir los riesgos de parto prematuro.

Teoría de la fisiología del útero durante el empuje.

A partir de la teoría de los 3 diafragmas, trabajo en relación con la respiración, con el periné y con los empujes.

Práctica del pujo en diferentes posiciones según las condiciones reales en sala de parto.

Introducción a la lectura de los diferentes tipos de equilibrios de la mujer embarazada en bipedestación, su incidencia en el embarazo, el parto y el post- parto

4

---

Participaciones e intercambios entorno a fotos de posiciones y partos. Conclusiones de la formación

5

